

**PENGARUH EDUKASI GIZI TENTANG ANEMIA DENGAN MEDIA
LEAFLET TERHADAP PENGETAHUAN REMAJA PUTRI DALAM
PENCEGAHAN ANEMIA DI SMP SWASTA KAVRI TALUN KENAS**

KARYA TULIS ILMIAH



YULI NATASHA TAMPUBOLON

P01031122096

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI

PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI

2025

**PENGARUH EDUKASI GIZI TENTANG ANEMIA DENGAN MEDIA
LEAFLET TERHADAP PENGETAHUAN REMAJA PUTRI DALAM
PENCEGAHAN ANEMIA DI SMP SWASTA KAVRI TALUN KENAS**

Karya Tulis Ilmiah diajukan sebagai salah satu syarat untuk
menyelesaikan Program Studi Diploma III di Jurusan Gizi Politeknik
Kesehatan Kemenkes RI Medan



YULI NATASHA TAMPUBOLON

P01031122096

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI

PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI

2025

PERNYATAAN PERSETUJUAN

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul : Pengaruh Edukasi Gizi Tentang Anemia
dengan Media Leaflet Terhadap
Pengetahuan Remaja Putri dalam
Pencegahan Anemia di SMP Swasta Kavri
Talun Kenas

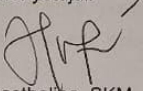
Nama Mahasiswa : Yuli Natasha Tampubolon

Nomor Induk : P01031122096

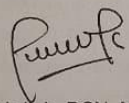
Mahasiswa

Program Studi : Diploma III

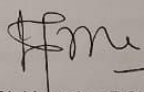
Menyetujui:


Dr. Herta Masthalina, SKM, MPH

Pembimbing Utama/Ketua Penguji


Dr. Mahdiah, DCN, M.Kes

Anggota Penguji


Dini Lestrina DCN, M.Kes, RD

Anggota Penguji

Mengetahui:

Ketua Jurusan,




Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes

NIP: 196906231990032001

Tanggal Lulus: 08 Agustus 2025

ABSTRAK

YULI NATASHA TAMPUBOLON “PENGARUH EDUKASI GIZI TENTANG ANEMIA DENGAN MEDIA LEAFLET TERHADAP PENGETAHUAN REMAJA PUTRI DALAM PENCEGAHAN ANEMIA DI SMP SWASTA KAVRI TALUN KENAS”

(DIBAWAH BIMBINGAN Dr. HERTA MASTHALINA, SKM, MPH)

Latar belakang penelitian menunjukkan bahwa anemia merupakan masalah kesehatan yang sering dialami oleh remaja putri, terutama karena pola makan yang kurang baik dan kurangnya pengetahuan tentang gizi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh edukasi gizi tentang anemia yang diberikan melalui media leaflet terhadap pengetahuan remaja putri dalam pencegahan anemia di SMP Swasta Kavri Talun Kenas.

Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen semu dengan pendekatan pre-test dan post-test pada satu kelompok. Sebelum edukasi, sebagian besar remaja putri masih belum memahami secara menyeluruh tentang anemia. Setelah mendapatkan edukasi dengan media leaflet yang berisi informasi singkat, jelas dan dilengkapi gambar menarik, pengetahuan mereka meningkat secara signifikan.

Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan yang nyata pada tingkat pemahaman remaja putri setelah edukasi diberikan. Edukasi dengan media leaflet terbukti efektif membantu remaja putri untuk lebih memahami pentingnya pencegahan anemia dan mendorong mereka untuk menerapkan pola makan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Kesimpulan, edukasi gizi dengan media leaflet efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia.

Kata Kunci: anemia, edukasi gizi, media leaflet, pengetahuan, remaja putri, pencegahan anemia.

ABSTRACT

ABSTRACT

YULI NATASHA TAMPUBOLON, "THE EFFECT OF NUTRITION EDUCATION ABOUT ANEMIA USING LEAFLET MEDIA ON THE KNOWLEDGE OF ADOLESCENT GIRLS IN ANEMIA PREVENTION AT SMP SWASTA KAVRI TALUN KENAS" (CONSULTANT: DR. HERTA MASTHALINA, SKM, MPH)

The research background indicates that anemia is a common health problem among adolescent girls, primarily due to poor eating habits and a lack of knowledge about nutrition.

This study aimed to determine the extent to which nutrition education about anemia, delivered through leaflet media, influences the knowledge of adolescent girls in anemia prevention at SMP Swasta Kavri Talun Kenas.

The research method was a quasi-experiment with a one-group pre-test and post-test approach. Before the education, most of the adolescent girls did not have a comprehensive understanding of anemia. After receiving education with the leaflet media, which contained brief, clear, and attractively illustrated information, their knowledge increased significantly.

The results showed a marked change in the level of understanding among adolescent girls after the education was provided. Education with leaflet media proved to be effective in helping adolescent girls better understand the importance of anemia prevention and encouraged them to adopt healthy eating habits in their daily lives.

In conclusion, nutrition education using leaflet media was effective in increasing the knowledge of adolescent girls about anemia prevention.

Keywords: Anemia, Nutrition Education, Leaflet Media, Knowledge, Adolescent Girls, Anemia Prevention.



21

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas Berkat dan Anugerah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Pengaruh Edukasi Gizi Tentang Anemia dengan Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Remaja Putri dalam Pencegahan Anemia di SMP Swasta Kavri Talun Kenas”.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, dengan ketulusan hati maka penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Riris Oppusunggu, S.Pd, M.Kes selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan.
2. Dr. Herta Masthalina, SKM, MPH selaku Dosen Pembimbing Utama saya yang telah banyak meluangkan waktu dan selalu memberi bimbingan dan arahan dalam menyelesaikan usulan penelitian ini.
3. Ucapan terimakasih kepada Dr. Mahdiah DCN, M.Kes dan Dini Lestrina, DCN, M.Kes yang telah memberikan kritik dan saran yang sangat membangun dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Terkhusus kepada kedua orangtua saya serta abang dan adik saya yang telah memberi banyak dukungan dan doa selama saya menempuh pendidikan.
5. Artha, Agel, Imelia dan Ignasia selaku teman satu bimbingan yang selalu ikut serta membantu dalam proses penyusunan proposal.
6. Kismawanti sebagai teman/adik yang selalu memberi motivasi dan dukungan serta membantu dalam proses penyusunan proposal.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih ada kekurangan. Untuk itu, penulis mengharapkan saran dan masukan yang membangun untuk melengkapi Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis

DAFTAR ISI

PERNYATAAN PERSETUJUAN	i
ABSTRAK	2
ABSTRAK	3
KATA PENGANTAR	4
DAFTAR TABEL	8
DAFTAR GAMBAR	9
DAFTAR LAMPIRAN	10
BAB I.....	Error! Bookmark not defined.
PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang.....	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1. Tujuan Umum	Error! Bookmark not defined.
2. Tujuan Khusus.....	Error! Bookmark not defined.
D. Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1. Manfaat Bagi Peneliti.....	Error! Bookmark not defined.
2. Manfaat Bagi Siswi	Error! Bookmark not defined.
3. Manfaat Bagi Sekolah.....	Error! Bookmark not defined.
BAB II.....	Error! Bookmark not defined.
TINJAUAN PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
A. Remaja.....	Error! Bookmark not defined.
1. Definisi Remaja.....	Error! Bookmark not defined.
2. Pengelompokan Usia Remaja	Error! Bookmark not defined.
B. Pengetahuan.....	Error! Bookmark not defined.
1. Definisi Pengetahuan.....	Error! Bookmark not defined.
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan	Error! Bookmark not defined.
3. Tingkat Pengetahuan.....	Error! Bookmark not defined.
4. Hasil Ukur Pengetahuan	Error! Bookmark not defined.
C. Anemia.....	Error! Bookmark not defined.
1. Definisi Anemia	Error! Bookmark not defined.
2. Gejala Anemia	Error! Bookmark not defined.
D. Anemia Pada Remaja	Error! Bookmark not defined.

1. Faktor-faktor Penyebab Anemia pada Remaja ...	Error! Bookmark not defined.
2. Dampak Anemia Pada Remaja.....	Error! Bookmark not defined.
3. Pencegahan Anemia Pada Remaja.....	Error! Bookmark not defined.
E. Media Leaflet.....	Error! Bookmark not defined.
1. Definisi Leaflet	Error! Bookmark not defined.
2. Kelebihan Media Leaflet	Error! Bookmark not defined.
3. Kekurangan Media Leaflet.....	Error! Bookmark not defined.
4. Pengaruh Edukasi Menggunakan Leaflet Terhadap Pengetahuan Remaja	Error! Bookmark not defined.
F. Kerangka Konsep.....	Error! Bookmark not defined.
G. Definisi Operasional	Error! Bookmark not defined.
H. Hipotesis	Error! Bookmark not defined.
BAB III.....	Error! Bookmark not defined.
METODE PENELITIAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Lokasi dan Waktu Penelitian	Error! Bookmark not defined.
B. Jenis Penelitian dan Rancangan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
C. Populasi dan Sampel	Error! Bookmark not defined.
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data ..	Error! Bookmark not defined.
1. Jenis Data.....	Error! Bookmark not defined.
2. Cara Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
E. Intervensi	Error! Bookmark not defined.
1. Tahap Awal (Pre-Intervensi)	Error! Bookmark not defined.
2. Tahap Pelaksanaan.....	Error! Bookmark not defined.
3. Tahap Akhir (Post-Intervensi)	Error! Bookmark not defined.
F. Pengolahan dan Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
1. Pengolahan Data	Error! Bookmark not defined.
2. Analisis Data.....	Error! Bookmark not defined.
BAB IV	Error! Bookmark not defined.
HASIL DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian..	Error! Bookmark not defined.
B. Karakteristik Responden	Error! Bookmark not defined.

C. Pengetahuan Remaja Putri Sebelum Edukasi Anemia Gizi	Error! Bookmark not defined.
D. Pengetahuan Remaja Putri Sesudah Edukasi Anemia Gizi	Error! Bookmark not defined.
E. Analisa Perbedaan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia pada Remaja Putri Sebelum dan Sesudah diberikan Edukasi dengan Media Leaflet.....	Error! Bookmark not defined.
BAB V	Error! Bookmark not defined.
KESIMPULAN DAN SARAN	Error! Bookmark not defined.
A. Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.
B. Saran	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN.....	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

- Tabel 1. Definisi Operasional**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 2. Karakteristik Subjek Berdasarkan Usia **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3. Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Sebelum Edukasi ... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4. Distribusi Pengetahuan Remaja Putri Sebelum Edukasi..... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 5. Gambaran Pengetahuan remaja Putri Sesudah Edukasi..... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 6. Distribusi Pengetahuan Remaja Putri Sesudah Edukasi..... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 7. Deskripsi Pengetahuan Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Diberikan Penyuluhan Tentang Anemia Gizi dengan Menggunakan Media Leaflet**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 8. Pengaruh Edukasi dengan Media Leaaflet terhadap Pengetahuan Remaja Putri**Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konsep.....	Error! Bookmark not defined.
Gambar 2. Rancangan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
Gambar 3. Alur Penelitian	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Master Tabel Data Remaja Putri	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 2 Leaflet	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 3. Kuesioner Pengetahuan Tentang Anemia ...	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 4 Hasil SPSS	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 5. Surat Izin Penelitian	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 6. Surat Balasan Izin Penelitian ..	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 7. Lembar Informasi untuk Responden	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 8. Bukti Bimbingan Karya Tulis Ilmiah.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 9. Pernyataan Keaslian Karya Tulis Ilmiah	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 10. Daftar Riwayat Hidup	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 11. EC	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 12. Dokumentasi	Error! Bookmark not defined.